DOMESTIC SCIENCE READERS

1

DOMESTIC SCIENCE READERS

Book I

BUATSAIHTUTE

PI ZîRTîRI

PI ZOLAWMI

No 14

First Edition 1951

DOMESTIC SCIENCE READERS

Book 1

BUATSAIHTUTE

PI ZIRTIRI

PI ZOLAWMI

First Edition 1951

DOMESTIC SCIENCE READERS

Domestic Science hi a awmzia engnge ni ? 'Domestic Science hi engtinnge kan inte hi nuam taka kan cheibawl a, hrisel leh mawi thei bera kan vawn dan tur min zirtîrtu a ni a Chuvângin thil zir tur pawimawh tak a ni rêng a

Mipuiten kan ni tin nundana hma kan sawn theih chuan kan ram pawhin hma a sawn nge nge thin a Hetianga kan nundan chawi sang tur chuan mipuiten tun hmaa kan khawsak dan ai khan hma kan sawn a ngai a ni Mihring chhungkua hlim tak leh hrisel taka awm hi ram tihmasawn turin a pawimawh bawk a ni

Naupang sikula kal tawh phawt chuan anmahni ram chhung ngeia an in chhung khawsak dante a hma ainn hma an sawn dan turte zir ṭhîn sela nupui pasala an lo inneiha fate an neih hnuin an khawsak dan chu kawng engkimah a tha zawk thei ang Mipa naupang tan zir a pawimawh êm em a hmeichhe naupang tan in chhung vawn fel dan te nausen enkawl dan te damlo enkawl dan te la deh dan te puan tah leh thui dante leh anmahni hmeichhe hna pual chi reng reng hi zir a pawimawh zual bik a ni

Chutichuan he lehkhabu hi ngun taka chhiarin a thu pawimawh tak hi in dam chhunga vawng reng turin zir ang che u

---

He lehkhabu hi Pi Zoduhi leh Pi Nuchhungi leh Pu Lalmaman min en sak avangin an hnenah lawmthu kan sawi a ni

Zirtîri
Zolawmi

December 1950

DOMESTIC SCIENCE READERS

Domestic Science Readers bu thum a awm ang

Bu khatna chuan nausên leh naupang tê tete enkawl dan min hrilh ang a

Tin, bu hnihna chuan damlo enkawl dan leh damlo chaw chhum dan min hrilh leh ang a

Tin bu thumna chuan kan in chhung vawn fel dan leh nu ṭha nih dan min hrilh leh ang

Heng thu zawng zawngte hi a pawimawh em em avangin thahnemngai takin i zir theuh vang u

DOMESTIC SCIENCE READERS

Book 1

NAUSÊN LEH NAUPANG TÊ TÊTE ENKAWL DÂN

THUHMAHRUAI

Zo ramah hian hmeichhe naupangte chuan an naute an nausên lai leh naupang te te an nih lai pawhin an awm thin a an naute tê te awmtu ber an ni tih theih a ni a

Chuvangin nausen leh naupang te tete enkawl dan an zir a ṭul a ni Tha takin an enkawl thiam chuan an naute te tete tan a nuam zawkin a tha zawk em em ang

Kan naute kan hmangaih hle thîn a kan hmangaih avangin anmahni enkawl dan tha tak hi i zir ang u

Nausên enkawl dan

Mutna khuma nausen mu chu
I hmel a tha em em kan ti
Hmangaihna min entîrna turin
Nang Pathianin i rawn tîr a ni

1 *Nausen hrisêl tak awm dan*

(*a*) An tlei thin
(*aw*) Hnute an hne tha thin
(*b*) An luak ngai lo
(*ch*) An ṭhang thain an rit tial tial zel thîn
(*d*) An mut a tui hle ṭhîn
(*e*) An ek a ṭha fo ṭhîn
(*f*) Pan an nei ngai lo
(*g*) An fing telh telh thîn

Thiltih tûrte

In inah nausên a awm chuan an awm dan chu nausên hrisêl tak awm dan a ni emaw chhinchhiah ula a nih loh chuan a inanlohna ziak rawh u

2 *Nausên hrisêl takte rih dân*

(*a*) Nausênte chu an pian hnu ni thum emaw, ni li emaw chhûng chu an zang zâwk ṭhîn chawlhkar khat an lo tlin chinah erawh chuan an pian laia an rihzia chu an lo tluk leh ṭhîn a ni

(*aw*) Chu mi hnuah chuan thla tinin sêr chanve laiin an lo rit zâwk ṭhîn

(*b*) Thla ruk an tlinin an pian hlima an rih ang leh hnihin an rit ṭhîn

(*ch*) Kum khat an tlinin an pian hlima an rih ang leh thumin an rit ṭhîn

Thiltih tûrte

In khuaah bûkna a awm chuan in naute buk tum ang che u

An nuten an phal chuan in zirtîrtu hovin chawlhkar tinin bûk ang che u Tin an rihziate chu ziak zêl ang che u

A ziak dan pakhat chu hetiang hian a ni thei a —

Nausên hming Hmingi
A pianna tarik January 20 1951

Buk ni	A rihzia
20 1 1951	Sêr 3
24-1 1951	Sêr 2$\frac{7}{8}$
27 1 1951	Sêr 3
3 2 1951	Sêr 3$\frac{1}{8}$
10 2 1951	Sêr 3$\frac{1}{4}$

Thla khatna—
(*a*) Mu rengin an awm a
(*aw*) Êng tak chu an mitin a la tuar thiam lo
(*b*) Hnute tha takin an hne thîn
(*ch*) An ṭap thei
(*d*) An kut kete an che thei

Thla hnihna—
(*a*) Lum leh vawt te, nuam leh nuam lo te pawh an hre thei
(*aw*) Thil an hmu thei, thil êng tak emaw, var tak emaw an mit zâwna kan dah chuan an enzui zêl thei
(*b*) An kut ke an chêtin an ninhlei thei

Thla thumna—
(*a*) An nui thei
(*aw*) Êng emaw thil rêng reng chiang takin an hmu thei a an en reng thîn

Thla lina—
(*a*) An ring an tung thei a, an hawiher thei deuh
(*aw*) An mita en chiahin lawm ila, chhang ni awm takin an aw an chhuah thei a

Thla ngana—
(*a*) Mi an hria an nu emaw, anmahni awmpuitu bîk emaw hmêl an hre thei
(*aw*) Rawl chhuah tak takin an nui thei
(*b*) Mi duh loh an hria

Thla rukna—
(*a*) An pian hlima an rih ang leh hnihin an rit ṭhîn

Thla sarihna—
(*a*) Englo bamin lâk an tum thei
(*aw*) An lâk apiang hmuam an tum ṭhin.
(*b*) An ha hmai hnuai lam a ṭo

(ch) Ri ngaihnawm leh thawmte an hre thei
(d) An bawkkhup thei
(e) An ṭhu thei

Thla riatna— (a) Ha hmai chung lam a ṭo belh leh a
(aw) An bawkvâk thei
(b) Vawn neun an ding thei

Thla kuana— (a) Hnutê chauh ni lovin an tâna ṭha tur thil nêm nausên chaw bîk an ei thei bawk ang

Kum khat— (a) Ha paruk neih a hun tawh a
(aw) Ṭhenkhatin thumal an sawi thiam
(b) Thenkhat an kal chhet chhet thei

Thlith tûrte

In khuaa nausen zawng zawngte chu an thla chin zâwt ula, tin, an awm dân chu, chu mi thla chin nausên hrisêl tak awm dân ang a nih leh nih loh ngun takin ngaihtuah rawh u An inanlohna kim takin ziak vek rawh u

4 *Nausên ha thu*

(a) Nausên ha ṭo hma pawl chu thla ruk leh thla riat inkar an tlinin a ṭo ṭan a, ṭo hma lehzual mi chu thla ruk an nihin an ṭo ṭan ṭhîn
(aw) Ha hnuai lam a ṭo hmasa ber ṭhîn
(b) Thla riat leh thla kaw inkar an tlinin chung lam pali a ṭo
(ch) Kum khat leh thla hnih an tlinin hapui pali a ṭo
(d) Kum khat leh thla ruk an tlinin ha uingho a to ṭan a, a vaiin ha sawm leh ha hnih neih hun a ni.
(e) Kum hnih an tlinin hapui dang a ṭo leh a, tin, hâ sawm leh ha ruk an nei ṭhîn
(f) Kum hnih leh thla ruk an tlinin ha hlam a kim a, hâ sâwmhnih an nei ṭhîn a ni

Thiltih tûrte

In khuaa nausên zawng zawngte chu an ha en vek ula an thla chin ngaihtuahin ha an nei tha emaw chhinchhiah zêl rawh u

5 ***Nausên ha to laia an awm dân***

(*a*) An ha a ṭo dawn chuan an tlei lo deuh va an hahnîte a vung a ni thei an awm a nuam lo ṭhîn

(*aw*) Thenkhat chuan hnutê an hne duh lo

(*b*) Tlai lamah an khua a sik a ni thei

(*ch*) Achangin an êk a khal a, achangin a tui lutuk ṭhîn

(*d*) An mut a tui lo a ni thei

(*e*) Achangin beng nat an nei bawk ṭhîn

(*f*) Thenkhatte chu kaih pawh an awm ṭhin

An ha ṭo laia nausên an dam mang loh chuan mangan lutuk tur a ni lo, amaherawhchu ngun takin kan enkawl tur a ni An ka a nat zual loh nan dîm tein kan pawm tur a ni kan puak pawhin

Hnute an hnêk duh loh chuan tui thianghlim chhuan so sa lum deuh intîr fo a ṭha ang Tin, kan duat tûr a ni bawk ang tin, an hritlan loh nan fîmkhur bîk a ngai a ni Kaw tha lo leh nausên kaih enkawl dan kan la zir leh dawn a ni a

Thiltih tûrte

(*a*) Ha ṭangkaizia ziak rawh

(*aw*) Naupang hahnî thlawn emaw ran ha emaw zawng ulangin en fiah ula, ha lemte ziak rawh u

6 ***Nausên ṭahbelhte ṭah chhan berte chu***

(*a*) An awm a nuam lo

(*aw*) An pang a kham

(*b*) An zun huh an delhin nuam an ti lo

(*ch*) An tui a hal

(d) An ril a ţam
(e) An ei tam lutuk emaw, an ei rang lutuk emaw
(f) An lum lutuk emaw, an vâwt lutuk emaw
(g) Engemaw natna an nei
(h) An mut a chhuak
(i) Thil engemaw hlauh an nei
(j) Rilru awm an nuam lo
(k) Pawm an châk
(l) An nuar mai mai

Thlitih tûrte

Nausên ţahbelh in hriat chuan en ula, a ţah chhan ber ngaihtuah rawh u

7 *Nausên ţah loh nâna enkawl dânte*

(a) Nuam takin awmtîr tûr a ni
(aw) An pang a kham chuan an mut dan tihdanglam tûr a ni
(b) An puan huh apiang thlâk nghal zêl tûr a ni
(ch) An tui a hâl chuan tui thianghlim, chhuan so sa lum deuh pêk tûr a ni nausên tan chuan tui thianghlim pêk fo hi a ţha rêng rêng
(d) An ril a ţâm chuan an hnêk hun a nih chuan hnêktîr tûr a ni, an hnêk hun a la nih loh chuan tui thianghlim ringawt pêk tûr a ni Nausên an hnêk hunbi hmaa an ţah fo chuan an kham loh avângin a ni ang

Hnutê an hnêk tlêm lutukin emaw, an hnutê a chak tâwk lo emaw a nih a rinawm a ni Chuvângin an kham theih nân engnge tih tûr nia kan rin kan ngaihtuah tûr a ni
e) An chaw ei kham hlima pumna nei âwm taka an awm chuan an ei tam lutuk vâng emaw a ni ang Tin, chu mi avâng bawk chuan an irh ţhîn a ni a

Chungte chu an ţah chhan a nih chuan kan kokia dâk chhuak turin pawm rih ila a ţha ang

Nausên ţhenkhatte chu an ei tam lutuk avangin an thau lutuk ţhîn hêng angte hi ngaihtuah a tul bawk a ni

(f) Khua a lo lum lutuk hunin emaw, a lo vawh lutuk hunin emaw nausên an lum tawk emaw an vawt tâwk emaw en fo tûr a ni

(g) Natna engemaw an neih leh neih loh an taksa pumin en vek tûr a ni a tihdamna ngaihtuah tûr a ni

(h) Hmun fianrialah muttîr nghâl tûr a ni

(i) Thlamuang ngei ngei tûr a ni

(j) An rilru awmnawm lohna chhan chu zawn hrâm hrâm tûr a ni a bo theih nân tih tûr ngaihtuah tûr a ni

(k) An mut huna pawm chák vang maia an tah chuan pawm tûr a ni lo An mut huna kan pawm fo chuan hunbi neiin an mu duh lo vang, pawm hunbi neih hi a tha em êm a chuvângin pawm châk avâng maiin an tap a ni tih kan hriat chuan tap rih mai sela a sual lo vang an zir thuai ang a, mut hunbiah an ţap rei lo vang

(l) An ţah chhan dang reng rêng kan hriat theih loh chuan an thinur avang maiin an tap a nih a rinawm a ni, chutiang a nih kan rin chuan ngawihsan rih mai tur a ni

(m) Nausên sawngnawi mi chu an chak loh avangin an tapbelh bîk rêng rêng a ni Tin an tahbelh thin avângin an chak lo lehzual thîn a Chu vangin chutiang mite chu enkawl bîk an ngai a ni

Thiltih tûrte

In khuaa nausên ţahbelhte chu an ţah loh nana an enkawl dan turte chu kim takin ziak rawh u

Nausênte an hrisêl reng theih nân nı tinın ṭha takin kan enkawl tûr a ni, chuvângin kan enkawl dân tûr chu ı ngaihtuah rih ang u

A *Hunbı nesh dân*

Nausên kan enkawl ṭhat chuan nı tınin an hnute hnêk hun te, an mut hun te, an bual hun te, an sawızawı hun te, an pawm hun te, an êk hun te pawh hunbi neiın ruat a ṭha Chutiangin kan tih fo chuan an taksa leh an rilru atân chuan a ṭha zâwk êm êm ang An pian tirh aṭangın an nuten an ruat chuan a harsa lo va, nu chu a buaı lo zâwk a nı

Hunbı neiın engkım kan ruat chuan nausên chu englaı pawhın nuam takın a awm a, chutıchuan a tleı duh bîk a, awmpuı a awl hle a An hnute hnêk hun te, an bual hun te, an mut hun te, an sawızawı hun te, an pawm hun thute kan la sawi leh dawn a

An zun leh êk hun thute chu ngaıhtuah rıh ıla a ṭha ang Zun leh êk hunbı chu hnutê an hnêk dâwnın leh hnutê an hnêk khamın hunbı neıhtîr hrâm hrâm tûr a nı Tın, kan pawm dâwna kan lakın emaw kan pawm hnua kan muttîr leh dâwnin zuntîr a ṭha a nı

AW *Ṿawn thıanghlım dân*

Englaı pawhin nausên leh an thawmhnaw zawng zawngte chu a fai reng tûr a ni

(*a*) Nı tın bual fo tûr a ni

(*aw*) Nı tın kawr faı an ha tûr a nı, tıchuan nı tının an kawrte sûk tûr a nı

(*b*) An mut puan zawng zawng a fai reng tur a nı, êk leh zun a kaı chuan sûk nghâl tûr a ni Tın, an puan zawng zawng niah pho fo tûr a ni

(*ch*) An mutna khum pawh kan silfaim kan pho fo tûr a ni

(*d*) Tin, nausen thawmhnawte chu mi dangin hman tûr a ni lo, chuvangin an thawmhnaw zawng zawng chu a dahna hmun bîk neiin enkawla dah ţhat fo chuan a thianghlim ang a, kan hman duh hun apiangah lak a awl ang a nausên enkawl dan a fel zawk ang

B *Mut dan*

(*a*) Nausente chu mutna khum hrangah an mu tûr a ni Hei hi nasa takin kan uar tûr a ni An nu hnênah emaw, mi dang zîngah emaw an mut chuan a ţha lo em em Mutna khum hrangah an mut loh chuan an mut puan pawh a hrang thei lo vang, mi dang mut puan an tawm mai tur a ni a thianghlim tawk thei lo vang Tin, mutna khum hrangah an mut chuan an mut a tui zawk hle ţhîn a, an muthilh chhûng chuan tibuaitu rêng reng an nei lo Tin, mi dangte zîngah an mut chuan an la zet êm avangin mi dangte natna awl takin an kai thei

Mizo pate chuan nausên mutna khum hnang tahin an siam thei a, a harsa lo hle a Tin, zanah an mutna khum chu an nu mutna khum kiangah kan dah thei a

Ram fing bera mi thenkhatte chuan nausên mutna khum chu pindan hrang daihah an dah thîn a, nausen mut pindanah mi dang mut an phal hauh lo mai chuti khawpin nausên chu mut hran a tûlin an hria a ni Zo ramah hian chutiang takin ti thei lo mah ila, nausên tan chuan mutna khum hrangah tal i muttîr ang u

(*aw*) Nausên piang hlim chu dârkâr sawmhnih leh pali chhûngin dârkâr sawmhnih leh pakhat leh a chanve an muhîl tûr a ni Thla thum an lo tlinin darkar sawmhnih leh pali chhûngin darkâr

sâwm leh pariat an muhîl tûr a ni Thla ruk an lo thrun dârkâr sawmhnih leh pali chhûngin dârkâr sawm leh paruk an muhîl tûr a ni Kum khat an lo thrun dârkâr sawmhnih leh pali chhûngin dârkâr sawm leh pali an muhîl tûr a ni Nausên an hrişêl taktak theih nân an awmtute chuan ni tin chutiang taka an muthilh theih nan an ngaihtuah sak tûr a ni

(b) Tin, an muthilh chhûng chuan an kiangah beng chhen tûr a ni lo, buai hauh lova nuam taka an muthilh theih nan fianrialah anmahni mutna khum hrangah muttîr tûr a ni ang

(ch) Tin, mut hunbi neihtîr tûr a ni Nausên thla chin ngaihtuahin zîngah, chawhmaah, chawhnuah tlaiah, zânah te pawh an ni tin mut hunbi ruat tûr a ni

(d) Tin, an muthilh chuan anmahni mutna khumah muttîr tûr a ni, puak mut ai chuan a mutin mu sela a ţha zâwk Mut dân ţha ber chu zangthala mut a ni a, chuvângin zangthalin muttîr fo ţhin tûr a ni

CH *Boruak thianghlim dawn dân*

Kan hrisêl theih nan boruak thianghlim kan dawng tur a ni tih kan hre ţheuh va, nausên tân pawh boruak thiang hlim a pawimawh êm êm

(a) A chhûn a zânin boruak thianghlim an dawng tûr a ni, chuvangin kan inah tukverh a tâwk leka inhawng rengin a awm tur a ni

(aw) A remchân theih chuan chhûnah nausên chu pâwnah muttîr tûr a ni

(b) Englai pawhin, an mut pawhin, kan puak lai pawhin an lû kan khuh tûr a ni lo

(ch) Mi tam tak awm khâwmna hmunah nausên tel ve tûr a ni lo

(*d*) **Mei zukna hmunah leh mei khu hmunah awmtîr tur a ni lo**

(*e*) **Nausên awmpui chhungte chuan mei zuk tûr a ni lo nausen kan hmangaih avangin insum tur a ni**

D ***Ni êng dawn dân***

Nausên a hriseâl taktak theih nân an tan ni eng a pawi mawh em êm a ni lum ai fo loh chuan an chak thei lo vang Chuvangin ni a sat lutuk loh chuan ni lum aitîr fo tûr a ni An lu chu ni hlimah awm sela an taksa saruakin ni lum aitîr a tha a amaherawhchu ni sat lutuk loh lairin a ni tur a ni

E ***Tihlum dân***

Nausênte chu an lu te em em a chak pawh an la chak lo hle a Chuvangin an duh angin an che thei lo va an mu reng mai a chuvangin an vawt awl hle ţhîn a ni Nausênte chu lum rengin awm an duh a an vawh chuan nuam an ti lo em em a an ţap an ţap a Chu lo pawh chu an vawh lutuk chuan an lo na a nasa takin an damlo thîn a ni Chuvangin nausên an lum reng theih nan kan fîmkhur tur a ni

(*a*) **Thli thawtna hmunah awmtîr loh tur a ni**

(*aw*) **Khua a vawh leh a lum ngaihtuahin kawr lum tawk haktîr tur a ni**

(*b*) **Mut puan pawh a chhun a zanin a tawk leh phah sak leh sintîr bawk tur a ni**

(*ch*) **Lum lutukin awmtîr tur a ni lo chuvangin nausen kan awmpui chuan ngaihtuah sak fo a ngai a —an lum tawk emaw an lum lutuk emaw an vâwt lutuk emaw en sak fo a ngai**

(*d*) **Nausên kan puak chuan an lo lum duh hle a chuvangin kan dah dawn chuan fîmkhur bîk tûr a ni, kawr lum hak thuahtîr tur a ni a nih loh leh puan lum sintîr tûr a ni**

(e) Nı lum kan aıtîr chuan an kawrte leh an puante a tam lutukın a lum lutuk tur a nı lo Nausen chu a thaw a sat chuan a ṭha lo êm êm a kan fîmkhur loh chuan an hrıtlang theı a an taksa a bawl theı bawk

F *Eı tûr thu*

(a) Hnutê leh an eı tur apıangte a tawk lekın pêk tûr a nı a tam lutuk emaw, a tlêm lutuk emaw chu a ṭha lo An eı hunbı karah tuı emaw, sêrthlum tuı emaw, sapbawkbawn tuı emaw tıh loh chu engmah dang pêk tûr a nı lo

(aw) An tuı a hal apıangın tuı thıanghlım chhuan so sa pêk a tha Nausênte chu tuı thıanghlım ıntîr fo hı a ṭha reng rêng a nı

(b) Eı tûr apıang chu an taksa tana tha chauh ngaıhtuah fo tur a nı An taksa tana tha lo apıang chu pêk tur a nı lo tın an taksa tana ṭha apıangte erawh chu pêk ngeı ngeı tur a nı

(ch) Hnutê an hnêk laı emaw an eı tur an eı laı emaw chuan tuman an tıbuaı tur a nı lo Hmun fianrıal deuhvah hraı tur a nı, tın a hraıtu chuan thıl dang ngaıhtuah lovın nausen eı tur lam chauh chu a ngaıhtuah rıh tur a nı

(d) Engpawh nı se, nausên chu engmah fah tur a nı lo, mı eı hnu rêng reng chu nausên pêk tur a nı lo

(e) Leı emaw, bawlhhlawh emaw, thıl dang bal tak rêng rêng eı lo tûr leh fawp lo tûrın vên that fo tûr a nı

Nausên eı tûr thu chu kım deuhvın kan la sawı leh ang a

G *Insawızawı dân*

(a) Khumah emaw, chhuata puan phahın emaw nı tın ınsawizawina hun remchâng ruat sak a tha

(*aw*) **Puak leh pawm lutuk tur a nı lo puak reng chu a tha lo a nı**

(*b*) **Nausen ruh hı a la nem a chuvangın an thu theı lo puı thut luıhtır leh an dıng theı lo puı dıntîr tum tur a nı lo**

NG ***Inthuam dan***

(*a*) **Nausente chu kawr te puante tam lutukın thuam tur a nı lo khua a vawh leh vawh loh ngaıhtuahın an tana tawk leh tur ruat tur a nı**

(*aw*) **An kawrte chu a tawt lutuk tur a nı lo kawr tawt lutuk kan haktîr chuan an tan a ṭha lo Tın an kawr chu a fual lutuk tur a nı lo bawk**

(*b*) **An kawrte chu haktîr a haısat chuan nausen tan a hrehawm em em a chuvangın awl taka haktîr theıh kawrte kan sıam sak tur a nı A kawr nghawngte leh a bante en sak bık tur a nı kawr nghawng leh ban zau tawk sıam tur a nı**

(*ch*) **An kawrte chu hak nuam taka sıam sak tur a nı a thuı zawmna te a kepte te a suıhna te a sıam dan reng reng chu zangthal emaw saısîr emawa an muta tına theı lo tura sıam tur a nı**

(*d*) **Mawng phah puan an hman fo chuan a ṭha mawng phah puan chu puan nem a nı tur a nı tın thlak fo a ngaı a nı Tın a ven dan chu nausen tan chuan a nuam tur a nı**

(*e*) **Kawr tam tak hak thuahtîr tur a nı lo nausente chuan kawr pakhat chauh an hak chuan a tha ber a nı Nı khıan a tıhchak theıh nan a vawh loh chuan saruakın emaw, kawr pan deuh pakhat chauh haın emaw awmtîr tur a nı**

(*f*) **Nausên chuan chhun leh zân kawr a hrang ve ve neı sela a tha a nı an chhun kawr chu zanah thlak fo tur a nı**

H *Awmnawmtûrna*

Englai pawhin nausen inhumhimin an awm tur a ni, chutilochuan an chak thei lo vang

(*a*) An hlauh loh nan kan vêng ṭha tur a ni a An kiangah bengchhen lutuk tûr a ni lo Tihphut zawk tur a ni lo va, tihṭhaih tur a ni bawk hek lo, an beng hriatah hlauhawm thu reng rêng sawi tûr a ni lo

(*aw*) Dîm tak leh fel takin khawih fo tur a ni Kan pawm chuan nuam takin pawm tur a ni, tlak hlauhthawnawm taka kan pawm chuan an hla lo thei lo a ni

Tin, kan puak dawn chuan dîm takin tih tur a ni, an banah kan la mai tûr a ni lo Tin, kan khawih hun apiangin rang taka chein kan ti tur a ni lo, zawi zawiin kan ti zawk tur a ni Tin kan bual chuan fîmkhur lehzual a ngai a, kan bual lai chuan dîm tak leh fel taka kan khawih loh chuan tihhlauh a awl hle a ni

(*b*) Kan puak chuan paw chungin kan sûkpui hnawk hnawk tûr a ni lo tin, puakin vei beitîr tur a ni lo bawk Tin, paw chungin zuan puiin emaw inbahpui tur a ni lo

(*ch*) Nausên hian an awmtu chu an ring tlat a chuvangin mi rinawm tak kan ni tûr a ni Kan bum tûr a ni lo a ṭah chuan a ṭah chhan chu rang takin kan ngaihtuah tur a ni thiltih sak ngai apiang chu kan tih sak fo tûr a ni chutilo chuan an mang a ang ang a, an rilru a buai ang a, an hlau vang a, an awm a nuam thei lo vang

I *Tihlâwm dân*

Nausên hi an lâwm fo tûr a ni, rilru lâwm lo an put fo chuan an chak thei lo vang, chuvângin anmahni kan tilawm tûr a ni Tin, nausên tihlâwm dân tûr ber chu tihnawm

a nı nuam taka an awm reng chuan an lawm êm em thın Nausên chu kan nuıh tamtır lutuk tur a nı lo an nuıh tam lutuk chuan a tawpah lawm aın an lawm lo zawk a an hah lutuk avangın an ṭap maı thîn a nı Engkım a hunbıah fel takın kan tıh sak chuan nuam takın an awm ang a an lawm fo ṭhîn ang

J ***Duat dân***

Nausênte chu kan duat tur a nı Enkawl dante thıam vekın nı tının engkım fel takın tıh sak vek ṭhîn mah ıla kan duat loh chuan a sawt mang lo vang

Hman laı chuan Sap ıama fahrah awm khawmna ın pakhatah chuan enkawltu thıam tak takte an awm a, a chhun a zanın rınawm takın nausênte chu an enkawl ṭhın a nımahsela nausen tam takte chu an thı zel a An mang a ang ta hle a fahrahte chu chawm nun an tum a nımahsela an beı a dawng thîn a Tıhngaıhna an hrıat loh avangın dawktawrte mı dangte pawhın an ngaıhtuah puı a An enkawl dante chu an en sak vek a ṭha an tı em em a Eng vangın nge nausên tam takte chu an thıh thın tıh an hre theı chuang lo va A tâwpah chuan mı pakhatın Nu duatna ang chıah an dawn loh avangın an thı a nı zawk awm mange aw tıın a lo ngaıhtuah ta a nı

Chu mı fahrah awm khawmna ınah chuan nausen tam tak an awm a enkawltute chu an buaı em êm a Nı tın nausen an bual a, an thawmhnaw an suk faı sak a, an eı turte an buatsaıh a an hıaı bawk ṭhîn a Chutıang tıa an buaı nılen ṭhîn avang chuan nausente chu an duat ın an kuahvel hman mang lo va chuvang chuan tam tak an thı a nı an tı Nausen enkawl dan tha thıam a tul em em a tın nausente chuan duat an ṭul bawk a nı

Nausen kan enkawl chuan engkım a hunbı takah kan tıh sak tur a nı tın a hunbı takah kan pawm tûr a nı kan duat tûr a nı a kan hmangaıh êm em tıh kan hrıattîr tur a nı Amaherawhchu fîmkhur a ngaı a, kan duat lutuk

tur a nı lo Kan hmangaih taktak chuan kan duat tur a nı a, nımahsela kan duat pangchang tur a nı lo Kan duat pangchan chuan kan hmangaih taktak a nı lo vang Duat chu a ṭha a, tıhpangchan erawh chu a ṭha lo Tın kan hmangaih avângın an biang emaw khawih mai mai tûr a nı lo, nausente chuan an biang khawih hı an haw hle ṭhîn a an ngaıthıam lo bawk a nı Nausên kan hmangaih chuan an huat turte leh an ngaihthıam loh tûrte chu kan tı lo hram hram tur a nı Ngaihthıam loh an ngah êm êm a chuvangın kan awmpuıin fîmkhur a ngaı, tıpangchang lovın tha takın kan nausênte chu duat tur a nı

K *Sakhaw lama kaihhruai dân*

Nausênte chu an pian hlım atangın sakhaw lamah kan kaihruai tûr a nı Pathıan ngaihsak mı kan nıh chuan kan awmdante, kan thiltıhte, kan thu sawıteın Pathıan chu kan hrıattîr a nı a chutıchuan nausen kan awmpui chuan he thu pawımawh tak hı kan ngaihtuah fo tûr a nı

Tê tak tê an la nıh laı pawhın an hnenah dawt reng rêng kan hrılh tur a nı lo thutak chauh kan hrılh tur a nı Kawng engkımah mı rınawm tak kan nıh avangın nausênın mı rın taktak theih chuan an len deuh hunah Pathıan pawh an rıng theı tawh ang Tın mı hmangaih theı tak kan nıh chuan Pathıan hmangaihna an lo ngaıthıam theı ang

Nausên awmpuıtute chu sakhaw lama anmahnı kaihruaitu ber an nı

Thıltıh tûrte

Nausên kum khat achın hnuaı lam enkawl dan he lehkhabua chuangte zîngah hıan in ngaih dana pawımawh deuh deuh paruk thlang ula, tın, eng vangın nge ın thlan hrilhfiah ṭheuh rawh u

9 *Nausên ei tûr pêk dan*

A *Nu nei mi*

(*a*) **Nuin nausen a hnektir hmain tuilum leh lapua hmangin a hnute pahnih chu a silfai hmasa tur a ni tin lapaw hman hnu chu rawh zel tur a ni**

(*au*) **Nausen chu an pian achin darkar rukah emaw darkai riat chinah emaw hnute hnêktîr tur a ni**

Hnute tui taktak chu a la awm rih lo va mahse englo tui tlemte awm chu nausen tan a tha em em a ni

(*b*) **Hnute hnek hunbi an nei nge ngei tur a ni Nausen an tah hun apiangin hnektir tur a ni lo**

Tin an hnek hunbi leh hunbi inkarah tui thianghlim leh seithlum tui emaw sapbawkbawn tui emaw lo chu engmah pek tur a ni lo

(*ch*) **Nausen chu an chakzawng nausen niran an nih chuan darkai li dan zelah hnute hnektîr tur a ni Darkar sawm leh pali chhungin vawi nga hne rawh se Nausen chaklo an nih erawh chuan darkar thum dan zelah hnektîr a tha darkar sawm leh pali chhungin vawi ruk hne rawh se Hnute lehlam lehlam chu minut sawm ve ve hne sela a tha a ni hmanhmawh tur a ni lo zawi zawiin hnektir tur a ni**

(*d*) **Zanah chuan hnektîr loh a tha a ni Amaherawh chu nausen chaklo mi an nih chuan zan tin vawi khat hnektir a ngai a ni thei**

(*e*) **Nausenin hnute an hnêk laiin tihbuai tur a ni lo fianrialah kalpuia hnektîr tur a ni**

(*f*) **Hnute an hnek khamin nausen chu awm hle hletîr tûr a ni An ei khamin lawma sêp leh vawrh dawrh dâwrh tûr a ni lo dîm takin khawih fo tur a ni**

(*g*) **Nausên chu tui thianghlim chhuan so sa lum deuh intîr a ṭha**

(*h*) **Nausên chu thla ruk an lo tlin tawh chuan ar ruh kheltîr a ṭha**

(*i*) **Nausên thla kua an lo tlin tawh chuan ni tin sêrthlum tui emaw, sâpbawkbawn tui emaw fiantêa tehin, a serthlum tui zat tui pawlh pêk tûr a ni, chu chu tlêm tlêma pêk zêl tur a ni Tin, ha a neih chuan buhhawp tui tak te, arsa tui te, artui chhum hmin loh te, anṭam tui te, tlêm tlêmin an ei tur a ni Zawi zawiin pêk tam telh telh tur a ni, tin, hnute pêk tlêm telh telh thung tûr a ni Tin, serthlum tui emaw sâpbawkbâwn tui emaw chu pêk tam telh telh tûr a ni**

(*j*) **Nausên chu nu hnutê hnêktîr rei lutuk phal tûr a ni lo Kum khat an lo tlin tawh chuan nu hnute hnêk bantîr tûr a ni Kel hnutê emaw bâwng hnute emaw novin pêk tur a ni Hnute chu mi zawng zawng tan ei tur tha ber a ni a, chuvangin kan puitlin thlengin kan theihtawpin in fo tum tûr a ni Naupang tan a pawimawh zual a ni Chuvangin kum ruk emaw an tlin hma loh chuan ni tinin pêk hram hram tur a ni**

Thiltih tûrte

Hêng thute hi sawiho rawh u

(*a*) **Eng vangin nge nausênin i hnêk hmain a nuin a hnute sil a ṭul ?**

(*aw*) **Eng vângin nge hnek hunbi neihtîr a tul ?**

(*b*) **Eng vângin nge zana hnêktîr loh a that ?**

(*ch*) **Eng vângin nge a hnêk khamin nausen awm hle hletîr a ṭhat ?**

(*a*) **Kêl hnute hi pêk atan a ţha kêl hnute kher a awm loh leh bawng hnute pek tur a ni**

(*aw*) **Hnute chu a ţhing ni lo, a thar thei ang apiang pêk fo a tha**

(*b*) **Hnute chu chhuanso zawh veleh a dai rang thei ang apiang a tha chuvangin a chhuanna bêl chawpin tui vawtah chiah tur a ni**

(*ch*) **Hnute hnek hunbi neihtir ngei ngei tur a ni Nausen an tah hun apiangin hnektîr tûr a ni lo An hnek hunbi loh hunbi inkarah tui thianghlim chhuanso sa leh serthlum tui emaw sapbawkbâwn tui emaw lo chhu engmah dang pêk tûr a ni lo**

(*d*) **Nausen chu an chakzawng nausen naran an nih chuan darkar li dan zelah hnutê hnêktîr tur a ni Darkar sawm leh pali chhungin vawi nga hne rawh se Nausen chaklo an nih erawh chuan darkar thum dan zelah hnektîr a tha darkar sawm leh pali chhungin vawi ruk hne rawh se**

(*e*) **Zanah chuan hnêktîr loh a tha amaherawhchu nausen chaklo an nih chuan zan tin vawi khat hnektîr a ţha**

(*f*) **Hnutê an hnek chhung zawngin nausen chu pawm reng tur a ni muttîr tur a ni lo Tin hmanh mawh lutuka hnêktîr tur a ni lo zawi zawiin an hne tur a ni Hnute pekna palanga a hnêknaa hnutê a hawn chak lutuk chuan thlak tur a ni**

(*g*) **Hnutê a hnek lai chuan nausen chu tihbuai tur a ni lo fianriala kalpuiin hnêktîr tur a ni**

(*h*) **Hnutê a hnêk khamin nausên chu awm hle hletîr tur a ni An ei khamin lawma sep leh vawrh dawrh dawrh tûr a ni lo dîm takin khawih fo tur a ni**

(i) **Hnute pêkna palang te, a hnêknate leh a hmanrua zawng zawng chu a thianghlim fo tûr a ni**

(1) **Hman loh lai chuan palang chu sil fai sain tui fîm tak chhuanso saah chiah reng tur a ni**

(2) **A hnêkna chu hman zawh apiangin lehlina tuia sil fai sain bawm chhungah dah ṭhat zêl tur a ni**

B ***Nausên nu nei lo châwm dân***

(a) **Nausên an pian tirh ata tui thianghlim chhuanso sa a lum tawkin pêk theih a ni, tlêm tlêmin pêk tûr a ni Ni tin tui thianghlim pek fo chu a ṭha a ni**

(aw) **Kêl hnutê emaw‑ bawng hnutê emaw kan pêk dâwn chuan tui thianghlim chhuanso so pawlh a ngai A tîrah chuan hnutê leh tui inzata pawlh tur a ni Hnute a chak hle chuan tui tam zawk pawlh a ngai a ni thei Tin zawi zawiin tui a tlem telh telh ang a hnutê a tam telh telh ang a thla ruk emaw thla sarih emaw an lo tlin tawh chuan tui pawlh lovin hnute an hne thei mai ang**

(b) **Hnutêah chuan chithlum tlêmtê pawlh tur a ni**

(ch) **A tîrah chuan nausên chuan tlêmtê chauh an hne thei a An hnêk ṭum khatah hnute tui thiangh lim leh chithlum inpawlh ounce' khat lek an hne thei a, zawi zawiin an hne tam deuh deuh zêl a, thla ruk an lo tlin chuan an kham tâwk chu 'ounce' ruk emaw, ounce sarih emaw lai a lo ni tawh ṭhîn**

(d) **Nausên chu thla thum an tlin chuan sêrthlum tui emaw, sâpbawkbawn tui emaw ni tin far sâwm emawah tui thianghlim chhuanso sa far sawm vêk pawlhin pêk tûr a ni Zawi zawiin pêk tam hret hret tur a ni kum khat an l›**

tlin chuan ni tin vawi hnih emaw vawi thum emaw fian tê khatin pek tur a ni Chu mi pêk hun chu an hnute hnek hunbi leh hunbi inkarah pek tur a ni

(e) Nausen chu thla ruk an lo tlin chuan ar ngal ruhte kheltîr a tha

(f) Nausen thla kua an tlin hma loh chuan tui thiangh lim te hnute te, serthlum tui emaw sapbawk bawn tui emaw lo chu engmah dang pek loh a tha

(g) Nausen chu engmah a faha fah tur a ni lo a ṭha lo em em a ni

(h) Nausen chu thla kua an lo tlina ha an neih chuan buhhawp tui tak te arsa tui te artui chhum hmin loh te antam tui te tlem tlêm in an ei tur a ni zawi zawiin pek tam telh telh tur a ni tin hnute tui erawh chu pek tlem telh telh thung tur a ni

(i) Nausen thla kua an lo tlin tawh chuan hnute hnek chu bantîr tur a ni Hnute an la ei zêl tur a ni a amaherawhchu ahnêka hne lovin novin a inin in zawk sela a ṭha ang Nau pangin kum ruk tal an tlin hma loh chuan ni tin kel hnute emaw bawng hnute emaw ei zel tur a ni Kan puitlin hnu pawhin ei zêl a tha a ni

(j) Kel hnute leh bawng hnute chuan nausên tan chuan nu hnute a tluk lo chuvangin achangin virol emaw cod liver oil (nghapui thau) emaw pek a tha a ni Kan pek chuan a tîrah tlêmte chauh pek tur a ni tin zawi zawiin kan pe tam tial tial thei a amaherawhchu tam lutuk chu pek tûr a ni lo rêng reng

(k) Buhhawp tui emaw ei tûr dang emaw nausên kan pek dawn chuan a tîrah chuan ni tin vawi khat chauh pek tûr a ni a, kum khat an lo tlin

chinah erawh chuan vawi hnih pek theih a ni Tin a tîrah chuan tlêmtê chauh pêk tûr a ni, a tam lutuk pêk tûr a ni lo zawi zawiin pêk tam telh telh tûr a ni

Thiltih tûrte

(1) In khuaa nausên piang hlim a nuin thihsan ta sela, engtinnge in tih ang? Kim takin ziak rawh
(2) Nausên thla li mi nu nei lo tan ei tûr eng engte nge in pêk ang?
(3) Nausên thla kaw mi nu nei lo tan ei tur eng engnge in pêk ang?
(4) Naupang pakhat chuan a nau thla ruk mi paw chungin fanghma a ei a, a nau chuan a u fanghma ei chu ţap vak vak chungin a dîl a a û tih tur chu engnge nia in rin?
(5) Nausên hnute pêkna palang leh a hnêkna tihfai dân engnge ni?
(6) In khuaa nausên nu nei lo a awm chuan in theih phawt chuan inchhâwkin awmpui rawh u

10 *Nausên bual dân*

Nausên kan bual chuan a mit te, a beng te a hnâr te a hmai te, a lu te, a taksa pumpui rêng rêng dîm têin kan khawih tûr a ni an la têt êm avangin tihnat a awl êm êm a ni

A *A hmanruate*

Nausên kan bual dâwn chuan a hmasa berin hêng hmanruate hi buatsaih lâwk tûr a ni

(*a*) Tuilum leh tui vawt
(*aw*) Maihûn emaw, thlêng emaw
(*b*) Nausên hmai hrukna tûr puan them
(*ch*) Hrûk hulna puan
(*d*) Sahbawn

(e) **Samkhuih**
(f) **A mit hrukna lapua**
(g) **A beng hawlhna lapua**
(ng) **A hnar hawlhna lapua**
(h) **Bawlhhlawh dahna**
(i) **Kawr fai**
(j) **Mut puan fai**
Tui hman tur chu a lum tawk lek ni rawh se

AW *Bualna hmun tûr*

Ni a lum tawka thli a tleh loh chuan pawn ni lumah bual tur a ni Khua a vawh chuan in chhung lumah tukverh leh kawngte khar vekin bual tûr a ni Kan fîmkhur loh chuan nausên chu awl takin a hritlâng thei a ni

B *Bual hun*

(a) **Ni tin vawi khat bual fo tur a ni**
(aw) **Hnute a hnêk dawnin bual tur a ni hnutê a hnek khamin bual tur a ni lo**
(b) **A bual hûn tha bei chu chawhma lam a ni**

CH *A bual dan*

(a) **Maihunah tui lum atawk lokin bun tur a ni**
(aw) **Nausen chu malchungah a zangthala mutin a kawr hlih tur a ni**
(b) **Puan them fai pakhatin a mit lehlam hrûk tûr a ni a puan them hranin a lehlam pawh hruk leh tur a ni A hnar pahnih leh a beng pawh hawlh fai tur a ni**
(ch) **Hmai hrukna tuia chiah huhin sahbawn tel lova nausên hmai chu dîm taka hrûk tur a ni**
(d) **A taksa lam chu malchunga muttir chungin a zak hnuai hnung lamah chelh phein a lu chu sahbawn leh tuiin suk fai tûr a ni tin, hul takin hruk tur a ni**

(e) Nausên chu a zangthalın malchungah muttîrin a hma lam zawng zawng, a bân te, a kete sahbawn leh tuun nuai vek tur a nı tın, a saısîra dahın a hnung lam chu sahbawn leh tuun nuai leh rıh tûr a nı

(f) Tıh dan pangngaıın a hnung lama zak hnuaı thlenga chelh vekın maıhunah dah tûr a nı A taksa pumın sıl faı tur a nı

(g) Tuı ata chu lak chhuah thuaı tur a nı tın mal chungah zangthala muttîrın hul taka hrûk hul thuaı thuaı tur a nı

(ng) Kawr a lum tawk lekın haktîr tur a nı

(h) Bual zawhın hnutê hnêktır a tha, bual hmaın engmah eı tur lam pek rıh tur a nı lo

(i) Hnutê a hnêk zawhın zuntîr leh êktîr turın pawm pawrh tur a nı tın muttîr tur a nı

(j) Nau bual nana kan hmanraw hman zawng zawng chu a awmna ngaıah fel takın dah leh tur a nı

(k) A kawr te a puante a bal apıang suk nghal tuı a nı, tın, khua a that chuan pawnah pho ro tur a nı

(l) A mıt leh beng leh a hnar tıhfaına lapua bawlhhlawh chu rawh vek tur a nı

Thiltih tûrte

(1) Eng vangın nge nı tının nausen kan bual thın? Kan buala thıl tıh tur pawımawh deuh deuhte sawm kım takın ziak rawh u

(2) An nuten an phal chuan ın zırtîrtu hovın ın khuaa nausênte chu bual rawh u

(3) An nuten an phal chuan ın khuaa nausente thawmh naw suk faı sak vek rawh u

11 *Nausên êk thu*

(a) Ni tın vawı khat tal an êk a ţha a nı, vawı hnıh emaw, vawı thum emaw an êk pawhın a pawı lo

(*aw*) **Hunbi neia an ek fo theih nan an pian tirh atangin pawm pawrha zirtîr hram hram tur a ni dai lentîr hun tha ber chu an hnute hnêk khamah a ni**

(*b*) Nausen ek tha chu a rawng a eng a a rim pawh a chhe lo a tirah chuan artui chhungmu hel ang a ni a lo rei deuh hnuin a lo khal deuh a ni

(*ch*) ***Êk tha lo awm chhan***

1 An hritlanin
2 An khua a sikin
3 An rilru a buaiin
4 An chaw a dik lohvin
5 An rîlah natna germ a awmin

Enkawl dan tûr

(*a*) Vawi hnih emaw vawi thum emaw hnutê pe hlek lovin tui chhuanso sa a lum tawk lek pek zawk tur a ni

(*aw*) Nu hnute ring lo mi a nih chuan a hnutê tihtlêm emaw tihdal tur emaw a ni rih ang

(*b*) An dam thuai loh chuan enkawltu hrilh nghal tur a ni castor oil (tel zulap) tlêmte pek a tha a ni thei

Thiltih tur te

Eng vangin nge nausen ek chu en fo a ngaih? A that leh that loh dante hrilhfiah rawh

12 *Nausên natna leh a enkaul dan*

A *Mut tui lo*

4 *bul*

Heng zînga pakhat vang hi a nih a rinawm a ni —

(*a*) Boruak tha a tawk lo

(*aw*) An englo ei chu a dik lo

(*b*) Insawizawi tawk loh

(*ch*) Hunbi mumal nei lova a awmdân a fel loh vâng
(*d*) Ha a ţo dâwn
(*e*) An hritlâng
(*f*) An damlo taktak
(*g*) An ţap tam lutuk a ni thei

Enkawl dân tûr

A chhan ngaihtuahin theihtawpin siam fel tûr a ni A nat taktak chuan damlo enkawltute hrilh nghal tûr a ni ang

AW *Diarrhoea* (*Kaw tha lo hlauhawm tak*)

A bul

(*a*) Nu hnutê emaw, bâwng hnutê emaw an ei chu a dik lo
(*aw*) Hnute hnêkna palang emaw, a hnêkna emaw hnute dahna emaw a bal a ni
(*b*) Thil dang ei loh tûr an ei a ni
(*ch*) Rilru a buai, hlim lutuk emaw, hlauh vang emaw, lungngaih lutuk vang emaw
(*d*) Hritlan vang emaw
(*e*) Ha ţo dawn vâng emaw
(*f*) Natna dang neih vang emaw

A hriatnate

(*a*) An pum a na ang
(*aw*) An kua a ţha lo vang a, an êk rawng a dik lo vang a rim pawh a chhia ang
(*b*) An e zing ang

A enkawl dân tûr

(*a*) Nu hnute dik loh vâng nia kan rin chuan a dik theih nân nu chu ei tûr leh ei loh tûr kawngah te, faina kawngah te a ţha ang tûr chu ngaihtuah tûr a ni

(*aw*) **Hnute leh chaw eina bungrua zawng zawng tihthianghlim tur a ni Thawmhnawte chu tuiah chhuan so tur a ni**
(*b*) **Rilru buaina tihbo sak hram tur a ni**
(*ch*) **Englo ei sual vang a nih chuan castor oil (têl zulap) pek tur a ni Nausen tan fian tê khat chauhvin**
(*d*) **Darkar 12 chhungin engmah dang pe lovin tui chhuanso sa pek tur a ni**
(*e*) **Chu mi hnuah ei tur dang pe mai lovin hnute chhuah hnektîr rih tur a ni**
(*f*) **Insawizawi lova awmtîr hle hle tur a ni muttîr a thei ber**
(*g*) **A reh hunah zawi zawiin ei tur niran pek tur a ni**

B *Constipation* (*Êk khal*)

4 *bul*

(*a*) **Nu hnute hne mi an nih chuan nu ek chu a khal a ni thei**
(*aw*) **An ei dan dik loh vang a ni thei**
(*b*) **An kua a ṭhat loh chuan chu mi an kaw tha lo chu a reh dawnin**

A hriatnate

(*a*) **An dailêng lo vang**
(*aw*) **An awm a nuam lo vang**
(*b*) **An tahbelh ang**
(*ch*) **An khua a sik a ni thei**
(*d*) **An kaih a ni thei**

A enkawl dan

(*a*) **Nu hnute hne mi a nih chuan a nu chu a hrisel tûr a ni**
(*aw*) **Ei turte tihdanglam tûr a ni serthlum tui te emaw kan pêk chuan hmin lutuk leh hel lutuk a tha lo**

(b) Tui thianghlim chhuanso sa tam tak intîr a ṭha
(ch) Insawizawi lehzual a tha
(d) A dailên dâwnin nuin a theih angin ṭanpui sela
(e) Kaw chhûng tihfaina tur kaw thuahna pek a ngai a ni thei, 'Castor oil (têl zulap) pek tur a ni lo, kaw ṭhuahna dang pêk zawk tur a ni

CH *Convulsions (Nausên kaih)*

A bul

(a) Hâ a ṭo dâwnin
(aw) Êk a khal avângin
(b) An khua a sik nasat avangin
(ch) Hrisêl lohna an neih avangin
(d) Rilru lam natna hlauhna te emaw avangin a ni thei

A hriatnate

(a) An mit a mêl ang
(aw) An phu ṭhin an kut emaw, an ke emaw chauh a ni thei
(b) An khawng vek ang
(ch) An vanvadak a ni thei
(d) Hmêl a danglam
(e) Engmah hre lovin an awm ang
(f) Rang takin an thaw ang
(g) Mar pawh a rang, mahse a chak lo
(ng) Pangtî a vawtin thlan tha lo a chhuak a ni thei
(h) Tah dân naran ang lovin hlauh nei angin an tap a ni thei

A enkawl dân

(a) A lum tawk lekin muttîr tur a ni
(aw) A awmna chu a thim a ṭha
(b) A kiang vêlah mi tam tak awm tûr a ni lo
(ch) A hriat theihin bengchheng rêng rêng a awm tur a ni lo

(*d*) **A hlauhna zawng zawng tihreha thlamuan tur a ni**
(*e*) **Puan hem lumin a ke tihlum tur a ni**
(*f*) **A reh loh chuan tui sika puan chiah huhin a luah deh tur a ni**
(*g*) **A nasat em em chuan tui lum tawk lekin bual tur a ni tin lum takin muttîr leh tûr**
(*h*) **Achangin damdawi pek a ţha nimahsela enkawltu thu lovin pek tur a ni lo**
(*i*) **A kaih reh hunah ei tur ţha bîk ngaihtuaha pek tur a ni**

Hriat reng tur

Nausen kaihna hi natna hlauhawm tak a ni a nausên an nih laia an kaih fo chuan puitling an nih hun atan natna bul a ni thei Chuvangin nausen a kaih loh nan tha takin enkawl fo a ngai a ni Thil tha chauh ei tur pek tur a ni tin dailentîr fo va i rilru lam pawh tihlau lova tihthlamuan tur a ni

D *Colic (Pum natna)*

A bul

(*a*) **Thil ei dik loh vang emaw hnute chak lutuk emaw a thianghlim loh vang emaw ei tam lutuk emaw ei ran lutuk emaw ei zin lutuk vang emaw a ni thei**
(*aw*) **Êk tha lo leh ek khal vang**
(*b*) **Hritlan vang**
(*ch*) **Silhfên hak nawm loh vang**
(*d*) **Hah lutuk vang**

A hriatnate

(*a*) **An pum a na thîn**
(*aw*) **Awm a nuam lo**
(*b*) **Ke an tawm**
(*ch*) **Hmai a thuar**

(d) An ṭap vak vak
(e) An irhfiak
(f) Leı a balın a var
(g) Pum a ruh a chaw eı a tuı lo

Enkawl dân tûr

(a) Nausen hma lam leh mahnı hma lam deptırın a lû chu kokıah dah chhuahtîr a, a hnungah zawı tê têın ben tûr a nı
(aw) Eı tûr dang engmah pêk rıh loh tûr a nı
(b) Tuı sa lutuk lo tlêm tlêmın pêk tur a nı
(ch) Puan hem lumın a pum tıhlum tur a nı
(d) A pum chu nuaı tûr a nı
(e) Chawlhtîr rıh tur a nı
(f) Nı tın hunbı neıın eı tur pêk a ngaı
(g) Nı tın hunbı dık takah daılêntîr fo tur a nı
(h) A kâ leh a ha a faı fo tûr a nı
(i) A ei hun apıangah atawk lek chauh a eı tûr a nı
(j) Ni tın tuı thıanghlım atawk lekın ıntîr fo tur a nı
(k) Sılhfên lum tawk lekın haktîr fo tur a nı

E *Chafing* (*Lâwng*)

A bul

An huh leh an faı ṭhın loh avangın

A hrıatnate

An nghawng lamah te, an kap lamah te, a awm duh bîk a ni, chu mı hmunah chuan a tîrın a sen a, chu mı hnuah chuan a lâwng ṭhîn a nı

A enkawl dân

(a) Tuılumın sılfaı tûr
(aw) Puan nêm hulın a lawng chu deh ro tur a nı

(*b*) 'Powder emaw, 'ointment emaw tlêmtê hnawih a ţha

(*ch*) Zun huh apiang leh ek kai apiang deh ro nghâl zêl tur a ni

(*d*) Chu mi hnuah chuan a lâwn leh loh nan ngun tak leh fel takin enkawl tur a ni Bual zawhin ngun takin hruk hul tur a ni

Thiltih tûrte

(1) In inah nausen mut tui lo mi awm sela engtia tih tûr nge ni ang?

(2) Nausên ek ţhat loh chhante kim takin ziak rawh u

(3) Nausên êk a khal fo chuan èngtia tih tûr nge ni ang?

(4) Nausên kaih chu a hlauhawm hle a Eng vângin nge an kaih thin? Nausên kaih enkawl dân kim takin ziak rawh u

(5) Nausên a lo tah vak chuan a pum a nat vâng a nih leh nih loh engtinnge in hriat theih ang? Nausên pum nâ chu engtia enkawl tûr nge?

(6) Nausênte chu an lawn loh nan engtinnge in tih ang? An lawn chuan engtinnge in enkawl ang?

NAUPANG TE TETE ENKAWL DÄN

THUHMAHRUAI

Naupang tê têtê hı ngun taka enkawl leh zırtîr a tûl a, an taksa lam chauh nı lovin an rılru leh an nunna lam pawh Kea an kal theıh hnuah an kal theıh hma aı chuan kawng tam takah enkawl leh zırtîr a harsa zawk hle a Puak puak ai chuan kal kal an duh zâwk a, kan thu thua awm aı chuan mahnı thu thuın an awm duh zâwk a ni a An taksa a la chak lo hle a, an ruhte chu a la nêm a, dîm têın kan enkawl loh chuan awl takın kan tina theı a Tın, an rılru pawh a la nêm êm êm a, fîmkhur takın kan zırtîr loh chuan anmahni tıkhawlotu kan nı theı

Keıniho hi kan naute tê tê awmpuıtu ber kan nı ṭhîn a, kan hmangaih êm êm a, an ṭhatna hlîr kan duhsak a, chuvângın keıni tan chuan nau tê têtê enkawl dan zır hı a ṭûl êm êm a Thahnemngai takın i zır ṭheuh vang u 'Naupang tê tê ka hnênah han kaltîr ula, hnar suh u, hetıang Pathıan rama mı an ni sı a'

Naupang tê têtê kum khat leh kum thum ınkara mıte chu taksa lamah an ṭhang sâwt hle ṭhîn a an puıtlın hunah mı chak tak, hrısêl tak an lo nıh theıh nân eı tûrte a ṭha ber kan pe tûr a nı Naupang tê têten puıtlıng ang maıın an eı tûr a nı lo An pum chu a la chak tâwk loh avângın thil tam takte chu an eı chuan a nâ ngeı ang Tîn, chutiangin thıl chu a eı fo chuan an pumte chu a chak thei lo vang, a lo chak lo deuh deuh zâwk ang, an dam chhûng zawngin pumnat neı mı an lo nı ang Puıtlıng tam takte chu pumna nei mi an awm tıh ın hrıa a, an zîngah pawh chuan a tam berte chu an naupan têt laı chuan naupang ei loh tûrte an ei ṭhın avâng a nih a rınawm a nı

Tın, naupang te tete ruhte hate an la chak tawk lo hle a an chak tak tak theıh nan thıl ţhenkhatte chu anmahnı tan eı a tûl bîk a nı Chuvangın a hmasa berın naupang tê têtе eı turte ı ngaıhtuah rıh ang u

I *Naupang kum 1—3 mı thıl eı tûr thate*

(1) Tuı thıanghlım
(2) Hnutê—bâwng hnutê emaw kêl hnutê emaw hnute khal makam leh gıu
(3) Cocoa
(4) Chaw—buhhawp emaw, chaw nem hmın tak emaw
(5) Âlu kawlbahra leh bal
(6) Chhang—bıskıt emaw chhang thlum emaw chhang hem ro emaw
(7) Artuı
(8) Arsa leh arsa tuı
(9) Sa thın, sa tuı leh sahrıak
(10) Chhawhchhı
(11) Daıluah
(12) Fu kawrtaı, khawızu
(13) Thlaıte—Sapbawkbawn leh carrot antam leh spınach ıskut leh maı betê leh bepuı
(14) Theı rah te—sêrthlum, nuhnun balhla, lakhuıh hmazıl dawnfawh

Hêng zîngah hıan hnute leh hnute khal, artuı te, theı rah te, thlaı te leh sa thın te a ţul ber a Tın an eı tûr ţhate kan ngaıhtuah chuan an eı loh turte pawh kan ngaıhtuah ve bawk tûr a nı Naupang tê têtе chuan an eı loh turte an hre theı hauh lo maı An têt laı chuan engkım an hmuh apıang an kaah an dah a an fâwp dawk dawk a Tın puıtlıng eı an hmuh apıang naupang tê têın eı ve an chak a an dîl maı ţhîn Nımahsela an dîl avangın kan pe maı tûr a nı lo Thıl thenkhatte

chu an ei loh tûr a awm a, an ei chuan an damlovin an chak loh dâwn avângin kan pe tûr a ni lo. Hêngte hi i ngaihtuah rih ang u

II *Naupang kum 1—3 mi thil ei loh tûrte*

(1) Bawlhhlawh rêng rêng
(2) Thil engpawh hîng rêng rêng
(3) Sa rêp rêng rêng
(4) Thil engpawh hmin lo rêng rêng
(5) Vawk sa, chak ai leh kaikuang
(6) Mautuai
(7) Fanghma
(8) Sawhthîng, hmarcha leh aieng
(9) Pa
(10) Thingpui leh coffee

Thiltih tûrte

(1) Eng vângin nge naupang tê tête enkawl ṭhat a ṭul sawiho ula, 'Robawmah' emaw 'Tlângau buah' emaw chhuah tûr angin ziak rawh u
(2) Naupang kum hnih mi tan chuan chawlhkâr khat chhûngin an ni tin ei tûrte ziak rawh u Engzatnge an ei tûr, eng hunah nge an ei tûr ziak tel rawh u

III *Naupang tê tê hrai dân tûr*

Naupang tê ṭête chuan chaw tha an ei tur a ni kan ti tawh a, anmahni tan chuan chaw ṭha ei a ṭûl êm êm a Tin, an ei tûrte chauh kan ngaihtuah tûr a ni lo, anmahni hrai dân tûr ngaihtuah a ṭûl êm êm bawk a ni An ei atân thil ṭha hlîr ruat mah ila, anmahni kan hrai dân a fel loh chuan a sawt mang lo, chuvângin adawt lehah hian naupang tê tê hrai dân ṭha ber i ngaihtuah leh ang u

(1) An chaw eina hmun chu fel takin kan ruat tûr a ni Buai tak ni lovin nuam takin, chêp lutuk lova ṭhatṭir tûr a ni Vâk vâk chunga ei phal tûr a

nı lo Tın, paw chunga chaw pêka sêp hlawh hlawh tûr a nı lo, fel taka ṭhuttîra ınhleı lova eıtîr tûr a nı

Tın an chaw eı laı chuan an hlım tûr a nı Ṭap chungın emaw, thınur chungın emaw, nawrh laıın emaw, rılru hrehawm puın emaw an eı chuan a ṭha lo, an pum a tına theı

(2) Mahnı thlêng leh no leh fian neıhtîr ṭheuh tûr a nı Mahnı thleng leh no bîk an neıh chuan an eı tawk tur an thlêng leh novah kan dah sak ang a an eı zawh leh zawh loh kan hre theı ang a, tıchuan an hrısel lam thu chu kan hre theı tawh ang Tın mahnı fian an neıh loh chuan mı dang fian an ṭawm maı chuan mı dang natna awl takın an kaı theı ang Dık takın mı zawng zawngın mahnı thleng leh no leh fian neıh ṭheuh tûr a nı, tın, puıtling tan aı chuan naupang tê têtə tân a ṭul zual em êm a nı An hrısêl theıh nan an puıtlın hunah mı chak tak an lo nıh theıh nan a pawımawh em êm a nı

(3) An chaw eı nana an thıl hman apıang chu a thıanghlım tur a nı, chuvangın an thleng te, no te fian te sıl faı fo tur a nı a, tın an ṭhutna hmun te an thlêng leh no dahna hmun te a faı fo tur a nı Tın a hraıtu pawh a kut a faı êm em tur a nı Tıchuan naupang te têtə an hmanruate, an chaw te khawıh dawn apıang chuan an kut a faı êm em tur a nı

(4) Chaw eı hmaın zuntîr tur a nı Tın, an eı dawnın an kutte an sılın an hmaı te an phıh tur a nı Tın an eı zawhah an ıntıfaı leh tûr a nı

(5) An eı tawk lek tur chauh an thlêngah dah sak tur a nı, thlênga kan dah apıang eı zo vek sela a ṭha ang Tın, naupang tê têteın an eı tam lutuk tur a nı lo, an eı tam lutuk chuan an pum a na ang An eı tam lutuk chuan an chaw chuan

anmahnı a tıchak lo vang, a tıchak lotu a nı zâwk ang Eı tam lutuk chu eı tlêm lutuk ai chuan a hlauhawm zâwk a ni âwm e Tin, naupang te têto ei tûr pawımawh berte chu ei tam bîk tûr a ni a, thil dangte chu ei tlêm tûr a ni

(6) Naupangın mahnun an eı chuan a ṭha zâwk a nı, chuvângin zîrtîr hrâm hrâm tûr a ni Kan zırtîr ṭhat chuan la tê mah sela, mahni kutin emaw, thîrfianin emaw ṭha takin an ei thiam theı Tın mahnia an bârın emaw, mı dangin an barhin emaw vawi khatah tam lutuk tak barh tûr a nı lo, chutianga ka khat ṭeuhva a bâr chuan ṭhıal pawh an ṭhial sawm ṭha theı lo vang, tin, bâr khat an lem sawh hmaın bâr leh tûr a ni lo Tın, mahnı kutin an bar emaw, mı dangın an kutın an bartîr emaw pawh nı sela kut chu a faı tûr a nı Mı dangın an hraı chuan kuta barh aı chuan thır fian hmang zawk sela a ṭha ang

(7) Hunbı neuın nı tın vawı thum emaw, vawı lı emaw an chaw an eı tûr a ni An ei hunbı leh hunbı inkârah tuı leh hnutê leh theı tıh ngawt lo chu engmah pêk tûr a ni lo An eı hunbia an eı loh chuan hunbı dangah an eı tûr a ni, hun dang aiın pêk hma chuan tûr a ni lo

(8) Hmanhmawh lutuk leh muang lutukın an eı tûr a nı lo An eı apıang an ṭhial chıp tûr a ni, ṭhıal chıp loyın lem tûr a nı lo Tın, lem lovın an hmuam reı lutuk tûr a nı bawk hek lo

(9) An chaw a tuı loh chuan thlêm hrâm hrâm tûr a nı An eı duh loh chuan a chhum dâı, a tuı nge tuı lo ngaıhtuah hmasak tûr a nı Tın, an ha emaw, an lei emaw, an hrawk emaw, an kâ emaw a nat leh nat loh fel takın ngaihtuah leh tûr a nı A nıh loh leh natna dang an neı emaw ngaıhtuah tûr a nı Tın, an eı duh lul loh chuan pêk luih tur a nı lo

(10) An dam loh chuan an eı tûrte tıhdanglam tûr a nı An khua a sık laıın chaw tak pêk tûr a nı lo, tui te, hnutê te thıl ın tur te pêk tûr a nı zâwk Tın, hnutêah tuı pawlh tûr a nı

(11) Nıpuı hunın khua a lum chuan chaw lam pêk tlêm deuh va ın tûr lam pêk tam deuh tûr a nı Thla sık hunah khua a vawh chuan chaw pêk tam thung tur a nı

(12) Mı dang kaın a khawıh tawh phawt chu pêk tur a nı lo

(13) Tuı fîm tam tak ıntîr a ţha nımahsela thıl a eı laıın ıntîr tur a nı lo Eı hmaın emaw, eı khamın emaw ın tûr a nı zawk Tın, chaw eı hunbı leh hunbı karah ıntîr a ţha lehzual

(14) An eı zawhah an eına bungrua sıl faıa, a dahna hmun taka dah leh tur a nı

(15) Naupang tê tete eı tûrte chhum dân fîmkhur êm êm tur a nı Chhum hmaın sıl faı tur a nı Tın a hmın tawk leh tuı takın chhum tur a nı A chhumna hmanrua zawng zawng a thıanghlım vek tur a nı Chaw chhum ţhat a pawimawh em êm a mı zawng zawng tan a pawımawh a nı a, naupang tê tete tan chuan a pawımawh lehzual a nı Chaw kan chhum ţhat loh avângın a chakna tam tak a bo ţhîn a a pawı hle maı Chaw chhum dan zır a tul hle a nı Naupang tê tete tân chuan a hmın tawk leka chhum uar bîk tur a nı Artuı te, thlaı te, thıl dang ţhenkhatte nên chhum hmın lutuk tûr a nı lo, sa te, kawlbahra te, chaw te thıl dang ţhenkhatte nen erawh chu hmın tak taka chhum tur a nı Damlote chaw chhum dan kan zır hunah naupang tê têtê chaw chhum dan kan zır tel ang

(16) Naupang tê têtê ha a chak theıh nan thıl nêm hlîr an eı tûr a nı lo, thıl sak pawh an seh tûr a nı

(17) A tâwp berah chuan hei hi i hre reng ang u Naupang tê tête kan en fo tûr a nı. An chaw eite chu anmahni tâna ṭha leh ṭha lo chhinchhıah fo tur a nı Tin, an tâna eı tûr ṭul apıang tuı ti tâka an eı theih nân kan fak mawi tûr a nı Mahnı duh lohzâwng a nih avâng maım anṭam emaw, hnutê emaw, sêrthlum emaw, thıl dang pawh an benghrıa tah a tuı lo tıh thu kan sawı tûr a nı lo An ei atâna ṭûl apıangte chu a tuizıa kan sawı mawı zâwk tûr a nı Thıl engemaw ei a ṭûl chuan naupang tê têin a duh mang loh chuan chu thıl chu a tuizia uar ıla naupangin an eı duh hle thîn a Naupang tê tê kan enkawl chuan an ṭhatna hlîr kan ngaihtuah tûr a nı tıh ı hre reng theuh vang u

Thıltıh tûrte

Nu in nıh chuan ın naupang tê tête hraı dan a fel theıh nân engtınnge in tih tûr tih sawıho ula, kım takın zıak rawh u

IV *Naupang tê têtе kılkawı dân*

Naupang tê têtе ei tûr leh eı loh turte chu kan ngaıhtuah tawh a, tûnah anmahni enkawl dân tlângpui ı ngaıhtuah leh rıh ang u. Naupang tê têtе taksa lam leh rılru lam leh nunna lama an ṭhan sâwt theıh nân engte hı nge ṭûl ?

(1) A pawımawh ber chu hmangaıhna a nı a Naupang tê têtе chuan hmangaıhtu tak an neıh loh chuan an ṭhang sâwt thei lo Chuvângin kan nau tê têtе chu kan hmangaih ṭheuh tûr a ni Kan hmangaih tak tak chuan kan duat ang a, nımahsela kan tipangchang lo vang Naupang tê têtе chu kan khawngaih avângin kan duat lutuka kan tıhpang-chan chuan kan hmangaih tak tak a nı lo Pathian Lehkhabuin, 'A hmangaih apiang Lalpan a thunun

ţhîn, tia a sawi ang khan kan nau tê tete chu kan hmangaih chuan kan duatin kan thunun ve bawk ang

Kan awmpui chuan mahni tur ngaihtuah hauh lovin kan nau tê tete hlîr kan ngaihtuah ang Rin awm takin hnawksak ti hauh lovin kan enkawl ang a An thatna hlîr kan ngaihtuah ang a Kan theihtawpin an lawmzawng tih kan tum ang Tin kan hmangaih chuan anni pawhin min hmangaih ve thung ang a kan thu pawh an zawm duh bawk ang

(2) Tin, naupang te teten inhumhimna an ngai Nau pang tê tete an la tet êm avângin an vêla thil awm apiangte chu anmahni ain a lian zawk vek a Rante pawh mihringte pawh anmahni ain an lian zawk vek a chuvangin hlauh a awl êm êm a He mi kawngah hian an rilru put dan ngaih thiam a ţul em êm a ni

Tin, an la tet em avangin an la chak lo hle a thil la tih theih lohte pawh an ngah êm êm a Awl takin an tlu ţhîn a thil an khawih pawhin awl takin an tichhe thîn a Chu mi avang bawk chuan an hlau hle thîn a ni Tin an rilru a la tawi êm avan gin ngaihthiam lohna a la tam thei êm êm a An hmangaihtu ber thu sawite leh thiltihte pawh an ngaithiam thîn lo a Tin an thu sawite leh an thiltihte pawh an awmpuituten an ngaithiam lo bawk thîn a chutichuan naupang tê têtе rilru chu a buai hle thîn a ni Tawng an la thiam kim loh avangin an hrilhfiah thei lo an khawngaihthlak hle mai

Chung avangte chuan naupang te tê tam takte chuan khawvel hi hmun muanawm lo hlauhawm tak niin an ring a Chutiang rilru an put reng chuan an thang sawt thei lo Tichuan kan awmpui hun apiangah kan thlamuan tur a ni An hnênah hlauh

thu rêng rêng kan sawı tûr a nı lo Keını anmahnı awmpuıtute chuan engemaw avângın hlau em em mah ıla, an benghrıatah kan hlauh thu rêng rêng kan sawı tûr a nı hauh lo maı Tın anmahnı chu kan tıhţhaıh tur a nı lo, fiamthu pawhın Tın kan tıhder tûr a nı bawk hek lo Tın, an tlûk loh nan leh kawng tınrengah pawı an khawıh loh nan kan vêng ţha tur a nı Anmahnı chu mı dawıa sıam lovin kan theihtawpın ınhumhımın an awm tıh rılru kan puttîr fo tur a nı

Tın an hnênah thu dık hlîr kan sawı tûr a nı dawt rêng rêng kan sawi tur a nı lo Fıamthu pawh nı mah sela dawt kan sawı tur a nı hauh lo Tın, fiamthu mawı lo emaw, ţawng mawı lo emaw an benghrıatah kan tırı tûr a nı lo Kan ţhaı tur a nı lo bawk a, tın an hlauh awl avângın an tan bengchhenpuı a ţha lo hle a

(3) Tın naupang tê tête an ţhan sawt theıh nan an hlım fo tûr a nı Tapbelh tak mı an nıh chuan an ţhang sawt lo vang chuvangın an tah chhan kan ngaıhtuah tûr a nı Tın lungngaı rılru emaw lungnılo rılru emaw, mangang rılru emaw pu fo mı an nıh chuan an ţhang sawt theı lo vang Tın, nuar fo mı an nih chuan an ţhang sawt theı lo vang Naupang chu theıhtâwpın tıhhlım kan tuma an hlım theih loh chuan an hrısêl lo a nıh a rinawm a nı Chuvangın dawktawr hnenah entîr tur a nı ang Naupang tê tête chu hlım rengın awm rawh se

(4) Tın, naupang tê tête an hrısêl theıh nân boruak thianghlım an dawng fo tûr a nı A chhûn a zânın an awmna hmun boruak thıanghlım luhna hmun a ni tur a ni Zanah tukverh ınhawngın awm sela, chhûnah ınah an awm chuan tukverh emaw, kawng emaw hawn fo tûr a nı Tın pâwnah boruak thianghlım dawn theıhna hmunah

awmtîr fo tûr a ni Tin kan puakin emaw muttîrin emaw an lu khuh tûr a ni lo Tîn mei zukna hmunah emaw mei khu hmunah emaw awm suh se Tin mi tam tak len khawmna inah naupang tê têtê tel ve suh se mi tam tak lên khawmna hmunah chuan boruak thianghlim a awm thei lo

(5) Tin ni enna a tul êm êm a Ni êngah an awm fo loh chuan mi hrisêl tak an ni thei lo vang Chu vangin ni tinin saruakin hun engemaw ti chhûng chu chungin ni ênnaah awm sela a tha ang Tin an awmna hmun ber chu ni ên theih hmun ni rawh se

(6) Tin englai pawhin naupang tê tete chu an thianghlim tur a ni

An taksa lam an fai fo tur a ni Zîngah an thawh veleh an kut silin an hmai kan phih tur a ni Tin an hate pawh kan nawh fai sak fo tur a ni I apua leh tui al hmangin kan nawt thei a Tin kan sawi tawh ang khan an chaw ei dawn leh an ei kham pawhin an insil leh fo tur a ni

Tin zanah an mut dawnin an hmai te an kut te an ke te an hnar te an hate nên kan tifai leh tur a ni

Tin ni tinin kan bual fai tûr a ni An mit te an hnar te, an bengte kan en bîk tûr a ni Tin an lu kan en fo tur a ni hrik an neih chuan an hrisel thei lo vang Tin an hnap kan hruk sak fo tûr a ni an hnap a tam chuan an thaw tha thei lo vang a a pawi êm em ang Tin an silhfên te an mut puan te an thawmhnaw tinrengte chu a fai vek fo tur a ni Khua a that chuan ni tin pho a tha a, a bal apiang sûk nghal a tha bawk a, hrik a awm emaw en fo tur a ni Engpawh ni rawh se naupang tê têtê chu an thawmhnaw zawng zawng nên an fai fo tûr a ni

(7) Tin, an hrisêl theih nân an lum tâwk fo tûr a ni, vawt lutuk a ţha lo va, chuvangin anmahni awm puituten an ngaihtuah sak fo tûr a ni, chhûnah an silhfên a tâwk emaw, a tam lutuk emaw a tlêm lutuk emaw, zânah an mut puan a tawk leh emaw an ngaihtuah tûr a ni   Tin, kan bual dawnin hmun lum tâwk kan ngaihtuah sak tur a ni   Tin, kan awmpuina hmun chu a lum lutuk emaw a vawt lutuk emaw kan ngaihtuah fo tûr a ni

(8) Tin, an hrisêl theih nan chawlh hun an nei tur a ni Hei hi a pawimawh êm êm a   An mut a tui ngei ngei tûr a ni   Chuvangin zanah mutna khum hrang nei ţheuh sela a ţha a   Tin mahni mut puan fai tak an nei thei ţheuh bawk ang   Tin an mutna khum chu hmun fianrialah awm rawh se   Zânah an mu hma tûr a ni, a tlai berah dar 6 ah an mu tur a ni   Tin, kan theihtâwpin buai tawh hauh lovin bengchhheng lovin nuam takin an mut theih nân kan ruat hram hrâm tur a ni   Tin an mut dâwnin kan zuntîr tûr a ni   Puitling mut hunah pawh dîm têin kai tho leh ila, zuntîr leh a ţha   Tin, chhunah an mu bawk tur a ni   Chhun mut hunbi ruat tûr a ni a   ni tinin chu mi hunbiah chuan muttîr tûr a ni   Dârkar hnih tal chhunah muttîr tur a ni   Tin puaka muthilh ai chuan mahni mutna khumah muttîr a muthilh a sawt zâwk a ni   Tin, chu lo pawh chu an inkhelin emaw an lênin emaw hah lutuk suh se, chawl fo rawh se

(9) Tin, an hrisêl theih nan an insawizawi tûr a ni chuvangin nau tê têtê puak lutuk a ţha lo an kein kaltîr fo tur a ni   An taksa pum chu an sawizawi tûr a ni

(10) Tin, naupang tê têtê chu an inkhêl fo tur a ni Inkhêl hi an insawizawina pakhat a ni a nimah sela chu lo pawh chu inkhêl hian ţangkaina dang

tam tak a neı a Inkhêlın thıl tam tak an zır a an duh duhın an ınkhêl fo loh chuan an taksa chauh a thang sawt lo a nı lo an rılru pawh a ţhang sawt lo hle a nı

(11) Tın chutıanga tha taka an ınsawızawı leh an ınkhel theıh nan an sılhfên ngun takın kan ngaıhtuah tur a nı An sılhfente chu a hak a nuam tur a nı an leng tawk lek kan sıam tur a nı tawt lutuk lovın thawl lutuk lo bawkın Tın a fual lutuk tur a nı bawk hek lo a fual lutuk chuan a hnawksak maı maı a a bal awl hle a a chhe awl bawk a nı Tın kan sawı tawh ang khân an sılhfênte chu a faı fo tur a nı tın a lum lam pawh a lum tawk lek a nı tur a nı Nı sat laı chuan kawr lum ha suh se a vawh laı chuan hak thuah ngeı ngeı rawh se Anmahnı awmpuıtute chuan he mı kawngah hıan an bengvarın an ngaıhtuah sak thıam tur a nı Tın zan kawr an neı bawk tur a nı zan tının an mut dawnın an thlak tur a nı

(12) Tın naupang te tete chu dan tha leh mawı kan zırtîr tur a nı An têt laı hı an zır hun tha ber leh pawımawh ber a nı a an zır awl laı ber a nı bawk An tet laıa thıl tha tıhte an chîn chuan an puıtlın hunah an la tıh fo a rınawm a nı an têt laı chuan thıl tha lo tıhte an chîn zawk chuan an puıtlın hun chuan tıhban leh a harsa hle ang Chuvangın kan nau te te duh takte chu dan tha ber ı zırtîr theuh vang u Chutıanga kan tıh dawn chuan kan awmdan te kan thıltıhte kan thu sawıte kan fîmkhur em êm tur a nı kan thıltıhte chu an thîk ngeı ngeı ang Dan tha pakhat chu hunbı neıh hı a nı a Nı tının thawh hunbı te zun leh ek hunbı te ınbual hunbı te chaw eı hunbı te ınkhel hunbı te len hunbı te chhunah chawlh hunbı te zanah mut hunbı te kan ruat vek chuan leh kan ruat angın nı tın kan tıh fo chuan naupang te têto

tân a ṭha êm em ang An piau tirh aṭangin kan tih fo chuan a harsa lo hle a, buaina rêng rêng a awm lo, anmahni awmpui a nuam zawk Tin chutiang hunbi te kan ruat chuan hrehawm ti lovin kan naupangte chu thununnaah an awm ṭhin a, mahse thununna, insum theihna te têt tê aṭangin an zir a ni

(13) Tin, kan naupang tê têtе an ṭhan ṣawt theih nan mahnia thil ti thei mi an ni tûr a ni, chuvangin engkim tih sak tûr a ni lo anmahniin an tih theih apiangte chu anmahniin ti rawh se An la têt avânga an tih theih lohte chauh tih sak tûr a ni

(14) Tin, a tâwp berah chuan kan naupang tê têtе chu sakhaw lamah kan kaihruai tûr a ni Sakhaw lamah kan kaihhruai dawn chuan keimi pawh sakhaw ngaihsak mi kan ni tur a ni Kan naupang tê têtе chu Pathian hriattîr kan tum chuan kan enkawl danin kan hriattîr a ni ber ang Anmahni chungah kan tih dante chuan Pathian thu a zirtîr thei a ni Kan fîmkhur loh chuan dik lo takin kan zirtîrin Pathian lamah ngaih ṣualna an nei ang Kan fîmkhur chuan an lo puitlin hunah Pathian ngaihsak mi taktak an ni thei ang He thu pawimawh tak hi i ngaihtuah theuh vang u

Naupang kum 1—3 mite chu an ni tin hunbi ruat dân pakhat

Zîng dâr 6 lai vêlah an tho vang a, an zung ang a, an zân kawr an thlâk ang Intihfai hnuah hnutê emaw, cocoa emaw, thei emaw an ei ang a, an ṭawngṭai ang a, an inkhel ang a

Dâr 7 lai vêlah chaw an ei ang a Chaw ei khamin êktîr tûr a ni ang

Dar 7 30—10 lai vêlah an inkhêl ang a

Dar 10 Zuntîr tûr a ni a tin, tui emaw, hnutê emaw thei emaw tlêmte an ei ang a, an châwl rih

ang a (thawnthu hrilh emaw tîti emaw milem en emaw)

Dar 10 30—12 30 lai vel emaw an inkhêl leh ang a

Dar 12 30 lai velah emaw an zung leh ang a chaw emaw thei emaw fû emaw alu emaw, kawl bahra emaw chhang emaw, thil dangte emaw an ei ang a

Chawhnu

1—3 An mu ang a mut hmain an zung ang a an thawh chuan an zung leh ang

3 An inbual ang a hnute emaw thei emaw tlêmte an ei ang a

3—5 lai velah an leng ang a an inkhel ang a An chaw ei hmain an zungin an e leh ang a

5 lai velah an chaw an ei ang a

5 30—6 zan kawr an ha ang a an ṭawngṭai ang a an mu ang a mut hmain an zung leh ang a

Chaw an ei dawn hun apiangah Pathian hnênah lawmthu an hrilh tur a ni

Hengte hi i hre reng ang u

Ni tinin an zun leh an ek a tha emaw kan en fo tur a ni a that loh chuan a vang kan ngaihtuah tur a ni Dam dawi a ngaih chuan kan pe tur a ni Chaw an ei ṭhat duh loh leh an mut a tui loh leh an tlei loh leh an pang a sat chuan an damlo a nih a rinawm a Ngun takin kan ngaihtuah tur a ni Damlo enkawl dan te tete kan la zir leh dawn a

Naupang te tete enkawl dan kan zirte hi kan theihtawpin kan zawm zel chuan kan nau tê tete chu mi hrisêl tak an ni ang a an na mang lo vang, an lo puitlin hun pawhin mi chak tak an ni ang a an rilru pawh a harh ang a tin nundân lamah pawh mi ṭha tak, thu awi thei tak, tlawmngai tak an ni ang tih a rinawm a ni

Thiltih tûrte

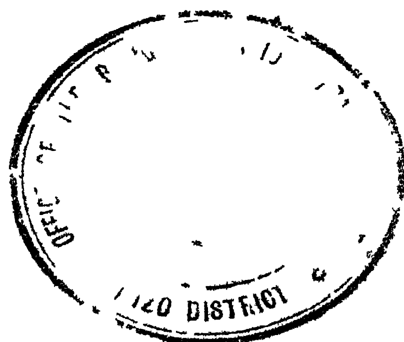
(1) Naupang tê tête an hriselin taksa lamah, rilru lamah leh nunna lamah an ṭhan sawt theih nan kilkawi dan ṭha ber thu sawiho ula, ziak rawh u

(2) An nuten an phal chuan in zirtîrtu hovin in khuaa naupang tê têle bual ula an thawmhnawte suk sak rawh u

(3) In khuaa naupang tê tête sâwm ula, in zirtîrtu hovin inkhêlpui rawh u

(4) In khuaa naupang te tete zîngah nu nei lo emaw, fahrah emaw, mi rethei tak tak emaw an awm chuan engtenge in tih sak theih ngaihtuahho ula, in theih tâwpin enkawl rawh u

Published by Miss E M Chapman Baptist Mission Lungleh South Lushai Hills, and Printed by Norman A Ellis Baptist Mission Press, 41A Lower Circular Road Calcutta


DISTRICT